

Entdecke Dein Potenzial – User Guide

Nach dem großen Erfolg meines Buches „Dein bestes Jahr!“ habe ich sehr viele motivierende Zuschriften und Dankeschreiben von begeisterten Lesern erhalten. Daher ist hier schon einmal mein großes

DANKESCHÖN

an Dich und alle Leser!

In sehr vielen Zuschriften tauchte die Frage auf, ob es zu diesem Buch nicht auch ein Seminar geben wird. Da das Buch während des Corona bedingten Lockdowns erschienen ist, habe ich mir überlegt, wie ich diesem Wunsch möglichst zeitnah entsprechen kann.

Die Idee

Nach einer kurzen Zeit der Überlegung entwickelte ich daraufhin das Webinar „Dein bestes Jahr!“, das mittlerweile Tausende von Teilnehmern absolviert haben.

Die Potenzial-Booster

Im Webinar und besonders in den Life Coachings habe ich den Teilnehmern zu jedem Wochentipp jeweils einen Potenzial Booster und ein Potenzial-Tool als verstärkende Botschaft für das Unterbewusstsein mit auf den Weg gegeben.

Im vorliegenden Buch findest Du nun diese 52 Potenzial Booster und die dazugehörigen Potenzial-Tools bzw. Wochen-Trainingsprogramme, die ich meinen Teilnehmern zur vertiefenden Stärkung des Unterbewusstseins ans Herz gelegt habe.

Damit Du dieses persönliche Potenzial Notebook optimal für Deine persönliche Potenzialentwicklung nutzen kannst, findest Du pro Wochentipp jeweils eine kurze Beschreibung des Potenzial-Tools, das dazugehörige Potenzial-Trainingsprogramm und den jeweiligen Potenzial-Booster.

Diese Potenzial-Booster solltest Du mindestens 3-mal täglich 3 bis 5 Minuten verinnerlichen. Am besten sprichst Du diese Potenzial-Booster laut vor oder lässt sie Dir sogar auf Deinem Mobile Phone abspielen. Außerdem gibt es für jede Woche einen persönlichen Motivations-Check. Damit dieses Potenzial-Notebook auch wirklich Dein ganz persönliches Potenzial-Notebook wird, ist es sinnvoll, dass Du möglichst jede Woche den Potenzial-Entfaltungsraum für Deine Gedanken mit persönlichen Notizen füllst.

Auf diese Art und Weise wird dieses Buch Woche für Woche zu Deinem ganz persönlichen Potenzialentwicklungsbuch.

Du hast es einfach verdient ...

... Deine Potenziale peu á peu zu entdecken und zu entwickeln.

Sobald Du Woche für Woche die Potenzial-Trainingsprogramme beherzigst und die Potenzial-Booster täglich als Affirmation nutzt, entwickelst Du Dein Potenzial auf der bewussten und unbewussten Ebene. Als zusätzlichen Motivations-Booster habe ich Dir noch die Rubrik „Momente der Dankbarkeit“ vorbereitet. Wenn Du dort Deine wöchentlichen oder sogar Deine täglichen Dankbarkeitsmomente notierst, förderst Du Dein Motivationspotenzial auf eine ganz besondere Art und sehr nachhaltige Weise.

Und dabei wünsche ich Dir eine wunderbare Zeit und inspirierende Stunden.

Andreas Nemeth

Mein Potenzial-Booster in dieser Woche:

Heute entfaltet sich der Zauber des jetzigen Moments in mir!



1. Woche

Potenzial-Tool 1: Jetzt!

Im jetzigen Moment gibt es keine Sorgen, Ängste und keinen Stress. Denn Stress, Sorgen und Ängste entstehen immer nur durch unsere Gedanken an die Zukunft. Daher ist es sinnvoll, sich so oft wie möglich auf den momentanen Augenblick zu konzentrieren.

Mein Wochen-Trainingsprogramm:

In dieser Woche konzentriere ich mich auf die Menschen, mit denen ich – jetzt – interagiere!

In dieser Woche konzentriere ich mich auf die Situation, die jetzt aktuell ist.

Motivations-Check:

<i>Montag</i>		<i>Dienstag</i>	
<i>Mittwoch</i>		<i>Donnerstag</i>	
<i>Freitag</i>		<i>Samstag</i>	
<i>Sonntag</i>		<i>Anzahl 1-7</i>	

Meine Momente der Dankbarkeit: